

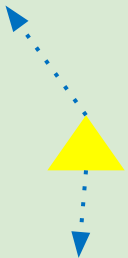
ONDERBOUW TRAINING 15 - WEEK 50

PARTIJVORM met 2 grote doelen

DOEL



DOEL



Br. 25m

Le. 20m

DOEL

Het ontwikkelen van het **KLEIN MAKEN** op het eigen helft.

ORGANISATIE

Partijvorm **3V3/4V4/5V5**

(met keeper)

Spelers kunnen scoren door de bal in het grote doel met keeper te scoren.

COACHING

- PROPJE MAKEN** de ruimtes onderling klein maken
- SLUIPEN ALS EEN LEEUW** storen van de tegenstander aan de bal

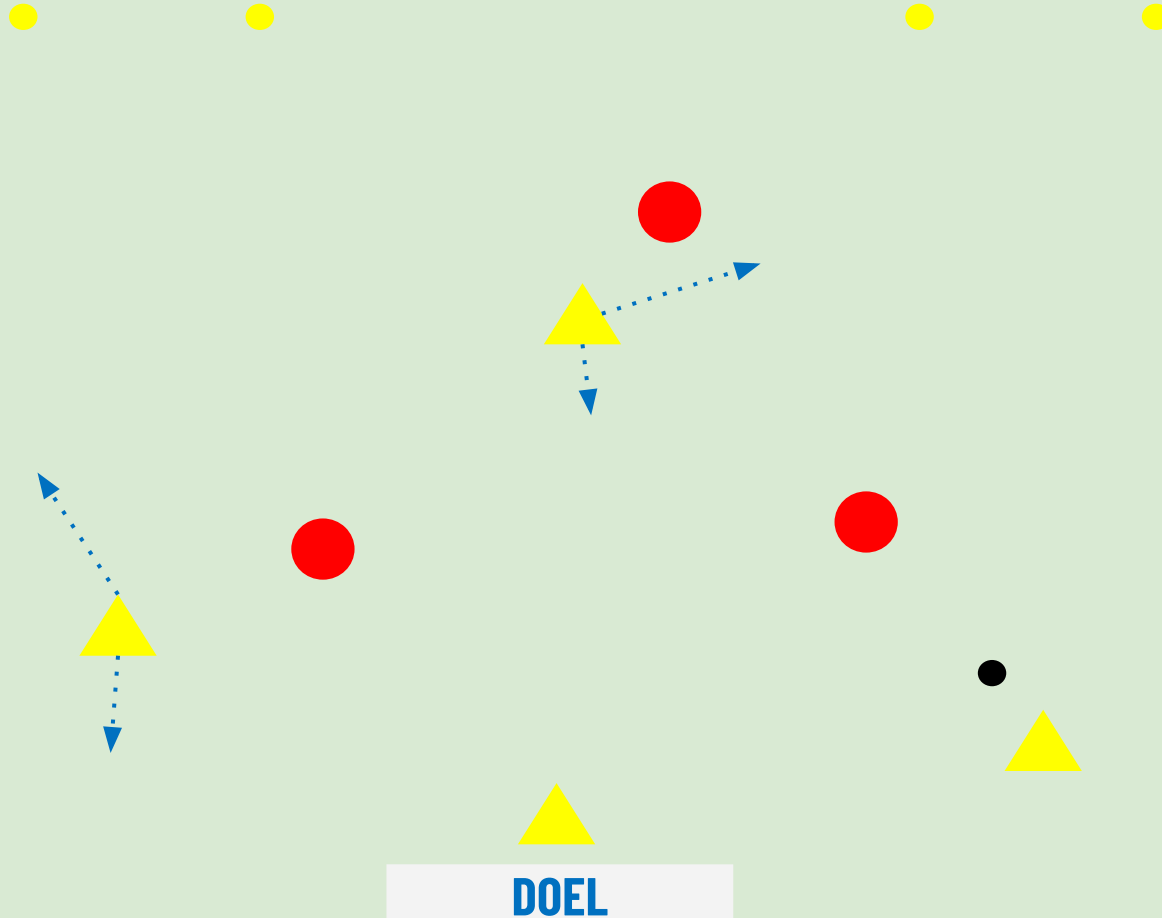
[BEKIJK TRAINING](#)



PARTIJVORM met 1 grote doel en 2 poorten

Br. 25m

Le. 20m



DOEL

Het ontwikkelen van het **KLEIN MAKEN** op het eigen helft.

ORGANISATIE

Partijvorm **3V3/4V4/5V5**

(met keeper)

Spelers kunnen scoren door de bal in het grote doel met keeper te scoren.

COACHING

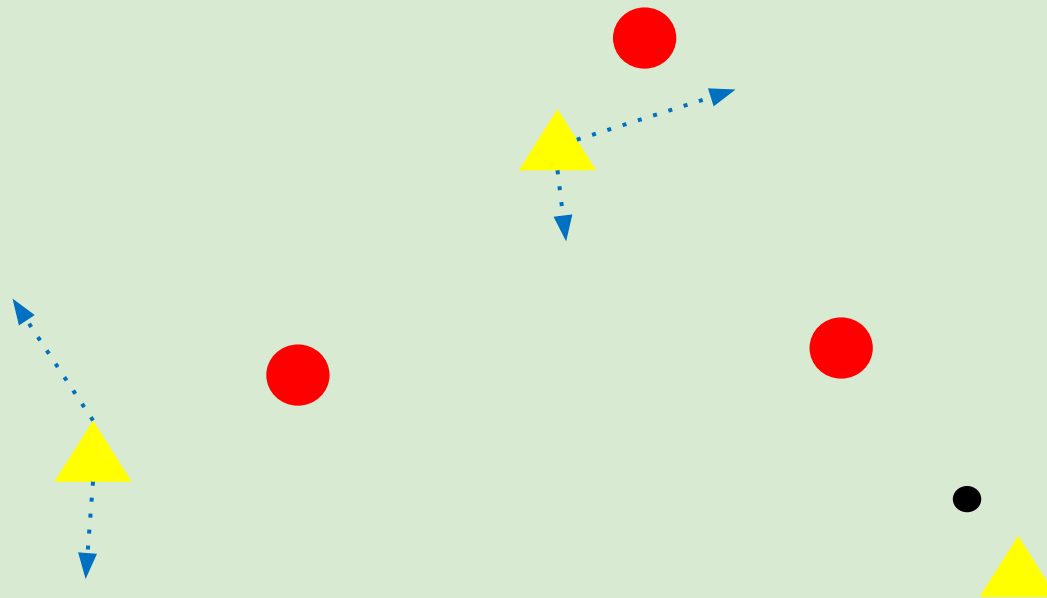
- PROPJE MAKEN** de ruimtes onderling klein maken
- SLUIPEN ALS EEN LEEUW** storen van de tegenstander aan de bal

[BEKIJK TRAINING](#)

PARTIJVORM met 2 kleine doelen

DOEL

DOEL



DOEL

Het ontwikkelen van het **KLEIN MAKEN** op het eigen helft.

ORGANISATIE

Partijvorm **3V3/4V4/5V5**

(met keeper)

Spelers kunnen scoren door de bal in het grote doel met keeper te scoren.

COACHING

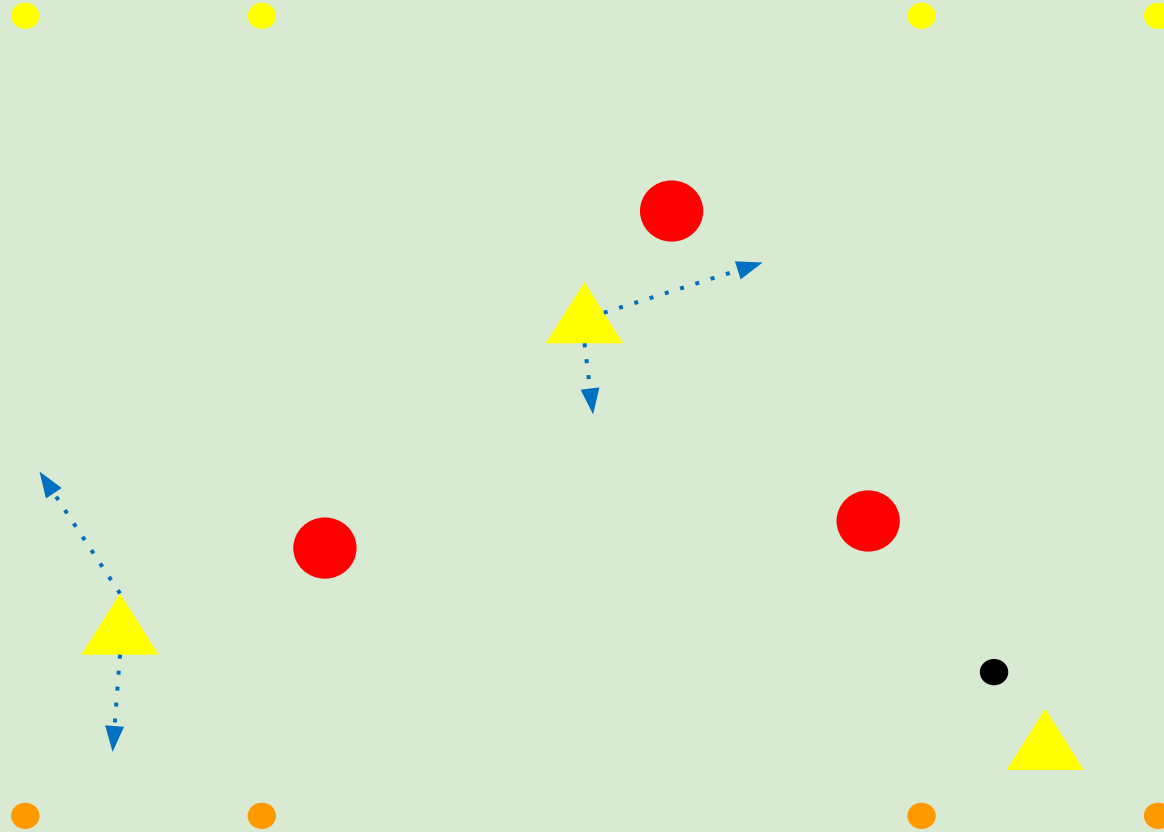
- BRUIK DE KLEINE DOELEN** uit het spel om de bal klein te maken
- SEUPEN LAM EN LEEUW** om te voorkomen dat de bal te dichtbij de grote doel is

[BEKIJK TRAINING](#)

PARTIJVORM met 4 poorten

Br. 20m

Le. 15m



DOEL

Het ontwikkelen van het **KLEIN MAKEN** op het eigen helft.

ORGANISATIE

Partijvorm **3V3/4V4/5V5**

(met keeper)

Spelers kunnen scoren door de bal in het grote doel met keeper te scoren.

COACHING

- BRUIK DE KLEIN MAKEN** uit het spel om de bal klein te maken
- SEUPEN LAM AAN DE SW** is storen van zijde tegenstander de bal

[BEKIJK TRAINING](#)